

突撃！隣の伝統食 ①

南牧村の市川さんちのおきりこみ



にんじん
大根
じゃがいも
しいたけ
しめじ
下仁田こんにゃく
長ねぎ
かぼちゃ



季節に穫れる野菜を使います。
夏なので里芋ではなく、じゃがいもが入ってます。
下仁田こんにゃくはこの地域の特産物。
その家、家で具材も味付けも違います。

突撃！隣の伝統食①



小麦粉に水を入れて

こねる



「以前はよく足で踏んだんですけど...今は製麺機を使います。」

突撃！隣の伝統食①



生地を2cmくらいに少し太めに切る

煮干しのだしで
野菜を煮る



麺を生のまま汁の中に入れる。

麺を生のまま「切り入れる」という意味の「切り込む」に上州弁の特性から「おっ」という語が付き、「おっきりこみ」というようになった。

